6.073 Roštenka znojemská so smotanou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
hovädzia roštenka	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
smotana sladká	0,50	0,50	0,80	0,80	0,80	0,80	1,00	1,00
strúhanka	0,30	0,30	0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50
cibuľa	1,00	0,85	1,20	1,02	1,50	1,27	2,00	1,70
uhorky sterilizované b. n.	1,00	0,90	1,50	1,35	2,00	1,80	2,50	2,25
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
soľ	0,07	0,07	0,09	0,09	0,12	0,12	0,15	0,15
múka hladká	0,25	0,25	0,30	0,30	040	0,40	0,40	0,40
ochucovadlo					0,05	0,05	0,05	0,05
hmotnosť porcie v g	104		120		136		152	
hmotnosť mäsa v g	34		40		46		52	
hmotnosť šťavy v g	70		80		90		100	

Receptúra

Výrobný postup

Hovädziu roštenku umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme, pokrájame na roštenky, ktoré naklepeme, osolíme, okoreníme mletým čiernym korením a opečieme na časti oleja. Na zvyšnom oleji speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme opečené roštenky, podlejeme vodou a dusíme. Pred dokončením posypeme mäso strúhankou a podusíme. Nakoniec pridáme na rezance pokrájané kyslé uhorky, dochutíme ochucovadlom, zjemníme smotanou, v ktorej rozmiešame nasucho opraženú múku a 20 minút povaríme.
Príloha: knedľa, zemiaky, cestovina.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	650	156	11,32	9,6	1,8	5,7	0,4	22,4	1,9	0,015	0,0	0,1	1,7	2,9
B	839	201	13,3	13,0	3,1	7,4	0,6	29,6	2,2	0,02	0,0	0,1	2,2	3,4

			5							0				
C	1013	243	15,33	16,0	4,3	9,0	0,7	35,1	2,6	0,036	0,1	0,1	3,2	3,9
D	1196	287	17,33	19,3	5,5	10,6	0,9	42,7	3,0	0,041	0,1	0,1	4,1	4,4